L, STEAUA, FARUL, U.T.A., MPETIȚIE ● PERFORMERELE ȘTE ȘI A.S.A. TG. MUREȘ ● EȘTI ● SINGURA PRELUNGIRE SE VOR DISPUTA LA 30 IUNIE

poarta lui Constantinescu. *Unicul lor gol a fost înscris în min. 33 de* Fl. Voinea *care a profitat de o ezitare a apărării ieșene și a reluat din apropiere balonul trimis de Raksi la o lovitură de colț. Atît.*

Superioritatea ieșenilor din prima repriză s-a accentuat mult după pauză, cînd au avut de partea lor și avantajul vîntului. Au dominat categoric, și-au creat situații bune de șut (10), iar golul victorios l-au marcat în urma unei greșeli comise de fundașul Păciulete, care a trimis defectuos balonul... acasă. Milea, *atent, a urmărit și a prelungit mingea în gol peste portarul Haidu, ieșit în întîmpinare. Era în minutul 75 și ultimul sfert de oră s-a desfășurat mai apoi sub semnul superiorității ieșenilor.*

Arbitrul Stavru Nicolau *din Constanța a condus fără greșeală această partidă.*

C.S.M.S.: Constantinescu — V. Popescu, Pop, Vornicu, Deleanu (*min. 46* Dragomirescu) — Ștefănescu, Humă — Matei, Stoicescu, Cuperman, Milea.

STEAUA: Haidu — Georgescu, Jenei, D. Niculae, Păciulete — Crișan, Koszka — Rakși (*min. 67* S. Avram), Constantin, Voinea, Creiniceanu.

Dinamo București	**1**
Petrolul	**0**

(Urmare din pag. 1)

creat mai multe ocazii favorabile. Dintre ele, doar una a fost fructificată, de Ene II (minutul 36), care a reluat din vole de la 18 m o pasă primită de la Petru Emil și a înscris.

In ceea ce-i privește pe petroliști, aceștia n-au contat în realitate decît o singură repriză, prima, cînd au inițiat cîteva atacuri la poarta lui Datcu. In repriza secundă, însă, jucătorii ploieșteni nu s-au găsit de loc. Mai ales în atac, unde singurul care s-a zbătut să facă ceva a fost Mocanu.

...tida a fost condusă bine de brigă constănțeană Zaharia Drăghici ...ntru), R. Cocoț și I. Mihu.

...AMO: Datcu — POPA, Nunweiller III, Ivan, Ștefan — Petru ..., O. POPESCU — PIRCALAB, ...ățilă, ENE II, Nunweiller VI (min. 38 HAIDU).

PETROLUL: IONESCU — Pahonțu, ...măgeanu, BOC, Florea — Dragomir (min. 60 Iuhas), D. Munteanu — ...rișan, Dridea, MOCANU, Moldo...nu.

ȘTIRI... ȘTIRI...

DUMINICĂ ÎNCEPE ȘI CATEGORIA B

La 21 martie este prevăzută reluarea ...mpionatului categoriei B. In prima ...pă a returului sînt programate urmitoarele meciuri: Poiana Cîmpina — ...etalul București, Siderurgistul Galați — C.F.R. Roșiori Dinamo Bacău — ...tructorul Brăila, Metalul Tîrgo... — Unirea Rm. Vîlcea, Chimia ...zăraș — Flacăra Moreni, C.F.R. ...cani — Știința Galați, Știința ...curești — Tractorul Brașov (seria I), ...S.M. Reșița — C.S.M. Sibiu, Gaz ...metan Mediaș — Clujeana, Știința ...mișoara — Vagonul Arad, Jiul Petroșani — C.F.R. Timișoara, Ind. sîrmei ...C. Turzii — Minerul Lupeni, A.S. ...ugir — Sătmăreana, A.S.A. Tg. ...ureș — Recolta Carei (seria a II-a).

● Tot duminică este prevăzută re...area întrecerii în seriile a IV-a și ...a IX-a din cadrul campionatului repu...lican de juniori, serii care au cîte ...12 echipe. Echipele din celelalte serii ...vor reîncepe campionatul la 4 aprilie.

PROGRAMUL DIN BUCUREȘTI

Duminică, în Capitală, se vor disputa următoarele meciuri: STADIONUL „23 AUGUST", de la ora 14: Rapid — Dinamo Pitești și Dinamo București — U.T.A. (categoria A); STADIONUL POLITEHNICA, ora 10: Știința București — Tractorul Brașov (categoria B); STADIONUL GIULEȘTI, ora 10: Rapid — Tehnometal (juniori).

ORA DE ÎNCEPERE A MECIURILOR DIN PROVINCIE

Cu excepția partidei Minerul Baia Mare — Steaua București, care va începe la ora 14, toate celelalte partide programate în provincie vor începe la ora 16.

ANCHETA NOASTRĂ

CUM SĂ LUPTĂM IMPOTRIVA EMOȚIEI EXAGERATE DE START?

Efecte și remedii

Din punct de vedere al stării de start sau, mai bine zis, al dispoziției de start, echipa de volei pe care o antrenez îmi dă problemele unei situații complexe și dificile. Doar o mică parte dintre jucătoare manifestă starea „gata de luptă", celelalte încadrîndu-se fie în formele negative ale acestei stări (apatia și febra de start), fie în forme intermediare.

De exemplu, o jucătoare prezintă simptomele: nervozitate, stare afectivă schimbătoare, neatenție, presiuni abdominale, refuzul de a se încălzi înainte de meci, iar în timpul jocului cere uneori să fie scoasă de pe teren etc. Cu această jucătoare am stat de vorbă de mai multe ori despre cauzele comportării sale și despre remedierea lor. Apoi am discutat cu căpitanul și cu restul echipei pentru a i se crea un climat favorabil, caracterizat prin înțelegerea unor comportări ciudate, prin observații mai puține, și acestea făcute pe un ton amical și încurajator. Pe linia conducerii echipei am căutat, de cele mai multe ori, să o stimulez, să-i simplific jocul, să-i perfecționez în special unele procedee de bază, ca — de pildă — preluarea din serviciu și ridicarea pentru atac.

O altă jucătoare prezintă înainte de meci și în timpul meciului agitație, nervozitate (cîteodată excesivă), tremurături ale brațelor, apostrofarea colegelor etc. Pe aceasta am supus-o înainte de meci la o încălzire mai lungă și mai lentă, cu puține intensificări, cu accent pe exerciții respiratorii și de suplețe, i-am fixat un partener de încălzire mai calm și înțelegător. Totodată, echipa este pregătită într-o oarecare măsură ca în timpul jocului s-o trateze cu calm, tăcere și menajamente.

Pentru o jucătoare care prezintă starea de apatie înainte de meci și pentru altele care manifestă stări apropiate acesteia am introdus în cadrul încălzirii lor sprinturi scurte, ridicări de jos foarte rapide, atac cu plasare la distanță etc.

Mai sînt și alte jucătoare care vădesc stări intermediare, între febră și apatia de start, cu repercusiuni negative în meci, cum sînt diminuarea posibilității de concentrare, teama de eșec, joc dezorganizat. Acestea au și momente în care se agită foarte mult, joacă în ritm susținut o vreme, iar apoi au „căderi". Pentru ele, pe lîngă unele din procedeele metodice amintite, am fixat cîte o jucătoare cu experiență care să le ajute. De asemenea, le-am pus să participe la antrenamente speciale în care au jucat mai mult și și-au dezvoltat la nivel mai înalt un minimum de procedee pentru a face față jocului.

Stările de start nefavorabile ne-au influențat în mod negativ jocul în mai mare măsură la meciurile din deplasare. Pentru reducerea efectelor acestor influențe am folosit cu echipa antrenamente și meciuri de verificare în săli asemănătoare celor de la jocurile oficiale care urmau să aibă loc, cu stație de radio-amplificare sau cu public gălăgios.

In încheiere, consider însă că o bună pregătire tehnico-tactică diminuează sau chiar anulează multe din aceste aspecte negative ale stării de start. De aceea, am aplicat în pregătirea echipei metoda modernă de antrenament în condiții analoge jocului. Am, de asemenea, preocupări permanente pentru integrarea jucătoarelor tinere într-un colectiv închegat, disciplinat și cu posibilități sporite de mobilizare.

prof. ȘTEFAN STROE
asistent I.C.F.
antrenor al echipei de volei feminine C.P.B.

SCHI

Cîteva săptămîni de bogată activitate

Departe de a se încheia, sezonul de schi continuă în martie și aprilie printr-o serie de importante concursuri cu caracter republican. Cel mai apropiat este „Cupa federației" la care vor lua parte toți fondiștii fruntași ai țării. Seniorii își vor disputa întîietatea în cursa de 10 km, iar senioarele în ștafeta de 3x5 km, care constează și drept campionat republican la această probă. „Cupa federației" va fi acordată schioarei care va înregistra cel mai bun timp. Gazda concursului va fi, ca și în anii trecuți, comuna Fundata de unde s-au ridicat numeroși schiori fruntași. Intrecerea se va desfășura duminică dimineață.

Cu mult interes este așteptată de tinerii schiori perioada 27 martie-4 aprilie, în care vor avea loc trei importante concursuri republicane, toate găzduite pe pîrtiile din Poiana Brașov. In zilele de 27 și 28 martie peste 200 de elevi își vor disputa titlurile de campioni republicani școlari la probele de fond și alpine; la 30 și 31 martie se va desfășura a II-a etapă a „Cupei R.P.R." la probe alpine pentru juniori; între 2—4 aprilie sînt programate finalele campionatelor republicane la probe alpine pentru juniori.

Ultimele competiții ale seniorilor vor avea loc la jumătatea lunii aprilie, în Bucegi. La 10—11 aprilie se va disputa etapa a II-a a „Cupei R.P.R.", iar la 17—18 aprilie concursul pentru „Cupa federației", care va încheia activitatea oficială a specialiștilor probelor alpine.

PATINAJ

S-a încheiat concursul începătorilor

După mai multe amînări, cauzate uneori de lipsa arbitrilor iar alteori de temperatura ridicată, competiția rezervată sportivilor clasați de la locul 5 în jos în concursurile din actualul sezon și copiilor remarcați la școala de patinaj a continuat duminică cu figurile impuse și s-a încheiat luni cu exercițiile libere.

CLASAMENTE GENERALE: *cat. sub 7 ani fete:* 1. Doina Mitricică (S.S.E. nr. 2) 54,7 p; 2. Cornelia Ghiserel (S.S.E. nr. 2) 24,5 p; 3. Ioana Voia (Șc. de patinaj) 21,3 p; *cat. 7—8 ani fete:* 1. Valentina Buciumeanu (S.S.E. nr. 2) 51,8 p; 2. Alice Ambruș (Constructorul) 37,4; *băieți:* Atanasie Bulete (S.S.E. nr. 2) 65,8 p; 2. Dan Panait (Constructorul) 54,1 p; *cat. 9—10 ani fete:* 1. Lidia Lozovschi (Dinamo) 46,6 p; 2. Paula Chiriță (Constructorul) 44,5 p; 3. Gabriela Ion (S.S.E. nr. 2) 41,7 p; *cat. 11—12 ani fete:* 1. Doina Bigică (Constructorul) 80,2 p; 2. Constanța Gheorghiță (Știința) 74,3 p; 3. Natalia Radețchi (S.S.E. nr. 2) 66,8 p; *băieți:* 1. Dan Ionescu (Constructorul) 60,8 p; 2. Mircea Ion (S.S.E. nr. 2) 41,1 p; 3. Andrei Barbasch (S.S.E. nr. 2) 37,8 p; *junioare cat. a II-a:* 1. Anca Bell (S.S.E. nr. 2) 154,3 p; 2. Sanda Petrescu (S.S.E. nr. 2) 107,4 p; 3. Maria Sfetcu (S.S.E. nr. 2) 105,1 p.

CLASAMENT PE ECHIPE: 1. S.S.E. nr. 2 160 p., 2. Constructorul 73 p.; 3. Dinamo 25 p.; 4. Știința 17 p.; 5. Steaua 10 p.

În încheiere vrem să subliniem inițiativa S.S.E. nr. 2, de a organiza un asemenea concurs deschis sportivilor începători. Nu putem însă trece peste faptul că organizatorii nu au asigurat toate condițiile necesare desfășurării întrecerilor. De exemplu, la ultima reuniune n-a existat cronometru, timpul marcîndu-se după... ceasul de mînă al crainicului. De asemenea, nici arbitrii n-au acordat atenția cuvenită competiției absentînd sau venind cu întîrziere la patinoar.

VOLEI

Meciul Dinamo — Metalul (f) a fost amînat

In legătură cu plecarea echipei noastre campioane feminine mai devreme cu o zi la Budapesta pentru meciul retur Ujpesti Dozsa — Dinamo București de duminică 21 martie din CCE, partida Dinamo — Metalul, care trebuia să se joace ieri după-amiază, a fost amînată la o dată ce se va fixa ulterior.

Voleibalistele de la Dinamo București urmează să plece spre capitala Ungariei în cursul zilei de azi.

SCRIMĂ

București, 18-21 martie,

SCRIMERII JUNIORI ÎȘI DISPUTĂ TITLURILE DE CAMPIONI REPUBLICANI

Începînd de azi și pînă duminică inclusiv, „speranțele" scrimei noastre participă la ultimul act al campionatelor republicane pentru juniori. Pe planșele instalate, de data aceasta, în sala Recolta din Capitală vor urca aproape 250 de tineri trăgători — floretiști și floretiste, spadasini și sabreri; 250 de trăgători din rîndul cărora antrenorii vor trebui să aleagă pe cei mai buni în vederea concursului triunghiular de tineret *Ungaria—Polonia—Romînia*, de săptămîna viitoare și, în perspectivă, pentru campionatele mondiale ale „speranțelor". Este, de aceea, explicabilă preocuparea acordată de fiecare trăgător pregătirii sale, la fel ca și nerăbdarea cu care se așteaptă primele asalturi.

Programul finalelor a fost stabilit astfel:

● **JOI:** sabie și floretă băieți (**categoria a II-a**).
● **VINERI:** spadă și floretă fete (**categoria a II-a**).
● **SÎMBĂTĂ:** floretă masculină.
● **DUMINICĂ:** floretă feminină.

Concursurile încep la orele 8 și continuă de la orele 16.

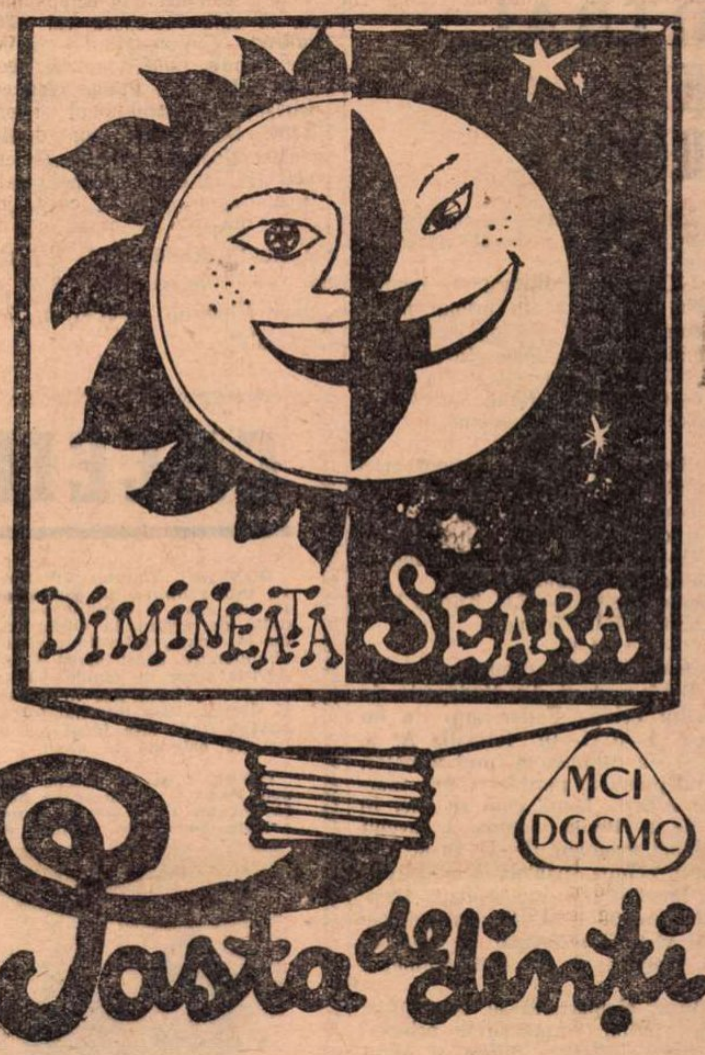
De la I. E. B. S.

● Pentru cuplajul de fotbal RAPID—DINAMO PITEȘTI și DINAMO BUC.—U.T.A., din 21 martie de pe stadionul „23 August", biletele se găsesc la casele obișnuite.

Pentru întîlnirea internațională de handbal (m) DINAMO — GRASSHOPPERS ZURICH din 20 martie, de la sala Floreasca, sînt valabile următoarele permise eliberate de UCFS/CG: roșii și maro în piele, albastre în dermatin NUMAI ale membrilor biroului F.R. Handbal, gri în dermatin NUMAI ale membrilor comisiilor de handbal și maeștrilor sportului la handbal, gri în dermatin ale antrenorilor emeriți și maeștrilor emeriți ai sportului, verzi în dermatin, însoțite de delegații în limita locurilor rezervate fiecărui ziar la masa presei.

● Patinoarul artificial din parcul „23 August" este deschis pentru patinaj public azi și sîmbătă orele 17—19 și duminică orele 10—13 și 15—17.

IGIENA BUCALĂ, CALEA SPRE SĂNĂTATE



Pentru asigurarea igienei bucale folosiți una din pastele speciale

MĂRGĂRITAR ȘI PERLA

CU O AROMĂ PLĂCUTĂ

CLOROFILA

CU CONȚINUT DE CLOROFILĂ CARE EXERCITĂ O ACȚIUNE DEZODORIZANTĂ ȘI RĂCORITOARE

Pe lîngă ingredienții obișnuiți, conțin și anumite substanțe active cu efect antiseptic.

Prin utilizarea lor zilnică, sînt prevenite caria dentară și gingivitele.

Curăță dinții și lasă o senzație plăcută de prospețime și de răcorire.